el Popular

Sábado 28 de junio del 2025

Carlos Salinas Guerrero

S/ 1.00

www.elpopular.pe

JUEZ NO DICTÓ SEIS MESES DE PRISIÓN PREVENTIVA CONTRA EX MANDATARIO

En maratónica audiencia, juez determinó que no hay peligro de fuga del ex presidente quien es acusado por presunto delito de cohecho pasivo propio cuando era presidente regional de Moquegua. PÁGINA 4

VIZCARRA SALVÓ DE IR A PRISIÓN

MASACRAN A MENOR

Adolescente de 16 años perdió la vida. Habría robado un celular. PÁG. 2



MUESTRA PRUEBAS

Farid presentó mensajes de su hija donde le dice que su mamá no la defiende. PÁG. 8

ADOLESCENTE DE 16 AÑOS FUE ACUSADO DE ROBAR CELULAR EN UNA POLLERÍA

Menor muere por brutal golpiza

TESTIGOS DIJERON QUE EL MENOR ROBÓ UN CELULAR.

✚ Trabajadores lo habrían retenido y luego fue golpeado por un grupo de personas.
✚ Fue llevado a hospital a donde llegó cadáver. Hay videos del momento.



BUSCAN IDENTIFICAR A QUIENES LO GOLPEARON.

Tras una brutal golpiza propinada por un grupo de personas, un adolescente de 16 años falleció en la Prolongación Javier Prado cerca al cruce con la Carretera Central, en el distrito de Ate Vitarte.

Cabe resaltar que el menor había sido acusado de robo en una pollería-chifa local.

Tras lo sucedido, el menor fue llevado de emergencia al Hospital de Vitarte luego de terminar tendido en el suelo producto de los golpes que recibió. En las imágenes captadas por las cámaras de seguridad se observa a uno de los hombres echándole agua al adolescente, mientras otros dos lo agreden violentamente.

El menor llegó al Hospital de Vitarte y fue diagnosticado con politraumatismo encéfalo craneano debido a la golpiza que había recibido por el grupo de sujetos. Por este motivo, los médicos no pudieron salvarle la vida.

TIENEN VIDEOS

El cuerpo del adolescente fue enviado a la morgue para la necropsia legal y dar paso a las investigaciones. El caso fue asumido por agentes del Departamento de Investigación Criminal (Depincri), quienes cuentan con videos y testimonios del ataque a fin de identificar a los agresores.

De acuerdo a lo que precisaron algunos testigos y el serenazgo, el menor habría entrado a robar a una pollería-chifa de la zona. "Este menor entró y habría arrebatado un celular, pero fue retenido por uno de los trabajadores", acotó Javier Ávalos, vocero de la Municipalidad de Ate.

Luego de que el menor fuera retenido por un grupo de personas, un sujeto vestido con polera negra le propinó un golpe en el rostro, lo que provocó que el adolescente cayera al suelo y continuara siendo agredido.

Cabe precisar que el serenazgo de Ate reconoció a uno de los agresores, pues también habría participado en peleas anteriores en la zona.

CHOQUE EN LA PANAMERICANA NORTE

Catorce heridos


BUS IMPACTÓ CON TRÁILER

Un aparatoso accidente de tránsito dejó al menos 14 personas heridas tras la colisión entre un bus interprovincial y un tráiler, en el óvalo Tanguche, distrito de Chao, provincia de Virú, región La Libertad. La magnitud del impacto generó daños tanto a la salud como a la vida de los pasajeros que viajaban a bordo del bus.

Ante la gravedad del hecho, al lugar se desplazaron rápidamente efectivos de la comisaría de Chao, tres ambulancias del Servicio de Atención Móvil de Urgencia (SAMU) y personal de Serenazgo de la Municipalidad Distrital de Chao, quienes brindaron apoyo en las labores de auxilio y evacuación de los heridos a centros de salud cercanos y los demás pasajeros tuvieron transbordo para seguir su viaje.

AUTOPARTES DE DUDOSA PROCEDENCIA

Operativo en San Jacinto


COMERCIANTES OCULTABAN LAS PIEZAS.

Agentes de la Policía realizaron un amplio operativo en el mercado San Jacinto, en el distrito de San Luis, conocido por ser un punto de venta de autopartes presuntamente robadas.

Durante la intervención, se incautaron más de mil piezas vehiculares cuya procedencia no pudo ser justificada. Se sospecha que muchas de ellas habrían sido sustraídas de autos particulares en distintos distritos de Lima.

De acuerdo con la versión policial, varios comerciantes ocultaban las autopartes en almacenes clandestinos con la intención de evadir la fiscalización y evitar ser descubiertos por las autoridades.

el Popular
Sábado 28 de junio del 2025
Año 40 | Nº 14.946
Director (i): Carlos Salinas Guerrero
Es una publicación de: Grupo La República Publicaciones S.A.
Jr. Camaná 320, Cercado de Lima. Teléfono: 711-6000. Fax: 711-6026.

Hecho el depósito legal Nº 15101 195-1415 en la Biblioteca Nacional del Perú.

TRAGEDIA SUCEDIÓ EN LA AVENIDA ALFONSO UGARTE EN EL CERCADO

Regresa de comprar pan y muere atropellado por custer

✚ Víctima era padre de familia y tenía 59 años.

KEVINN GARCÍA



KEVINN GARCÍA



EL CADÁVER DEL PADRE DE FAMILIA EN LA PISTA DE ALFONSO UGARTE.

Lo que parecía un día como todos para una familia, acabó en tragedia, ya que Marco Antonio Ramos Ramos (59) perdió la vida al ser atropellado por una custer de la empresa La Nueva Estrella en la entrada de la avenida Alfonso Ugarte al Óvalo Bolognesi. El hecho ocurrió a las 6 de la mañana del vienes mientras Ramos Ramos se encontraba cruzando la pista luego de comprar pan para su desayuno.

Dicen los testigos, que el padre de familia caminada despreocupado pero con cierta prisa para volver a su domicilio, que sería por las inmediaciones de la Plaza Bolognesi.

El vehículo, en tanto, venía a velocidad y arrojó al transeunte hasta 15 metros hacia adelante, ante el asombro de otros ciudadanos, que a esa hora se dirigían a trabajar.

La víctima fue auxiliada de inmediato por otras personas, incluido el chofet de la custer, sin embargo, ya nada pudieron hacer, ya que Ramos Ramos había fallecido en forma instatánea.

Unos minutos después se aparecieron varios agentes de la Policía Nacional y cerraron los dos carriles centrales de la avenida Alfonso Ugarte para las diligencias correspondientes a cargo del fiscal.

En tanto, el conductor de la unidad causante de la muerte del padre de familia fue detenido y llevado a la comisaría de Alfonso Ugarte. Dijo que lamentaba mucho la tragedia, pero que él no la provocó.



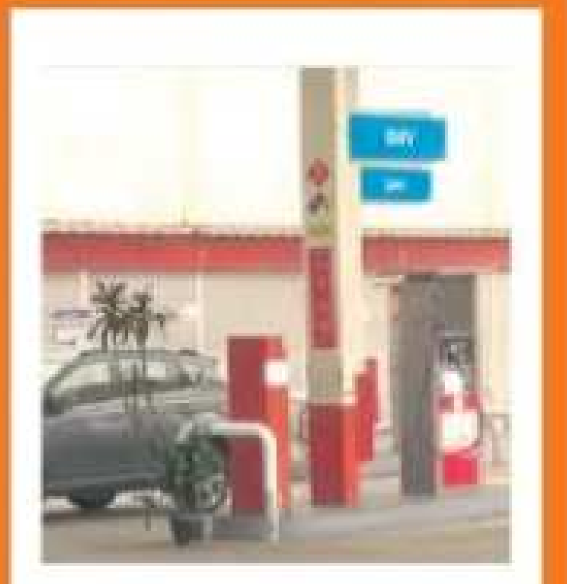
SU NOMBRE ES VALERY ZABALA.

TRAS SALIR DE SU COLEGIO EN CUSCO

Se pierde menor de edad

CUSCO. Una menor de 12 años desapareció el miercoles y aún su desesperada familia no logra dar con su paradero. Se trata de Valery Zabala Quispitupa, de 12 años, de quien no se sabe nada después que ese día señalado salió del Clorinda Mato de Turner, situado en el distrito de Wánchaq. Su hermano Rodrigo cuenta que la última vez que vieron a Valery fue el sexto paradero de San Sebastián, a las 4 de la tarde, cuando había culminado clases en su centro educativo y supuestamente estaba regresando a casa. "Buen día, por favor, ayúdenme a encontrar a mi hermana. Es una niña de 12 años, vestía con su buzo de colegio Clorinda Mato", indicó, afirmando a su vez que sus padres están muy preocupados.

EN CORTO



CIERRAN GRIFO QUE VENDÍA HASTA FRUTAS

Una estación de combustible de Petroperú, en la avenida Circunvalación, fue clausurada por la Municipalidad de La Victoria, ya que se descubrió que el local funcionaba al margen de la ley y en condiciones que ponían en grave riesgo la salud pública. Es así que se indicó que en el grifo no solo se vendía gasolina y gas, sino también autopartes, frutas y otros alimentos.



HALLAN CUERPO DE JOVEN QUE CAYÓ EN EL RÍO

CUSCO. Tras diez días de intensa búsqueda, la Policía Nacional halló ayer el cuerpo sin vida de Tomás Clemente Huamán Conto, de 25 años, que había desaparecido tras caer al río Vilcanota durante las celebraciones del Señor de Pasión en el distrito de Yucay. Su familiares llegaron al lugar y reconociueron el cadáver de Huanám Conto, que desapareció el 17 de junio.



EL FALLECIDO TRABAJABA EN UN NEGOCIO DE PLÁTANOS.

LE DIO PARO CARDIACO EN LA VICTORIA

Le dicen que le van a poner multa y... muere



CADÁVER FUE LLEVADO A LA MORGUE.

Susto y tragedia. Un hombre perdió la vida como consecuencia de haber sufrido un paro cardíaco durante una intervención del área de Fiscalización de la Municipalidad de La Victoria. El fallecido, de quien no se dio su nombre y tenía 50 años, trabajaba en un negocio de venta de plátanos, a donde de sorpresa llegaron funcionarios municipales y lo amenazaron con imponerle una multa de 5 mil soles, ya que había dejado en la puerta del local varios sacos de la fruta, que obstaculizaban el tránsito peatonal.

El trabajador, dicen quienes lo conocían, tuvo una fuerte impresión, la cual le provocó un fulminante paro cardíaco, ya que apenas tenía dinero para sostener a su familia y a él mismo. Los otros comerciantes de la zona se mostraron indignados con los funcionarios de la Municipalidad de La Victoria, a quienes acusan de maltratos.

ROBARON CELULAR Y ATACARON A DUEÑO

Dictan cárcel para menores



UNO TIENE 16 AÑOS Y EL OTRO 17.

A la reja. El Poder Judicial dictó nueve meses de prisión preventiva a dos menores de edad. Los adolescentes de 16 y 17 años se atrevieron a asaltar a un joven de 19 años y quitarle su celular en el asentamiento humano San Genaro en Chorrillos. La decisión judicial es consecuencia del marco de la ley 32330 que establece responsabilidad penal ordinaria para los menores de 16 y 17 años precisamente que cometen delitos graves. Ahora son investigados en el Ministerio Público por robo agravado. Según el fiscal, los menores atacaron a su víctima cuando iba al mercado San Genaro de Chorrillos y le ocasionaron cortes en la espalda y brazo para así quitarle el aparato.

JUEZ DECLARÓ INFUNDADO EL PEDIDO DE CÁRCEL PREVENTIVA CONTRA EX MANDATARIO

Martín Vizcarra salva de la prisión

✚ Fiscalía pide 15 años de cárcel por presuntos cobros de sobornos.


VIZCARRA ESTUVO PRESENTE EN LA AUDIENCIA.

El juez Víctor Alcocer, del Quinto Juzgado de Investigación Preparatoria Nacional, declaró infundado el pedido de seis meses de prisión preventiva contra el ex presidente Martín Vizcarra.

Pese a rechazar la prisión preventiva, el juez le impone ciertas medidas a Martín Vizcarra como el de no concurrir a embajadas, pasar por control biométrico, no comunicarse con diplomáticos e impedimento de salida del país por 6 meses más.

La Fiscalía anuncia que pondrá recurso de apelación tras escuchar la decisión del Poder Judicial.

Horas antes, Vizcarra negó tener miedo de ir a la cárcel y descartó una posible fuga de su parte, alegando que él "se debe al pueblo".

"Me encuentro muy bien, con toda la confianza y la fe (¿Teme usted ir a prisión?) En absoluto. (¿No va a salir del país?) No, jamás. Me debo al pueblo", dijo a nuestro medio.

En la audiencia, se dio la réplica y dúplica de los argumentos presentados por el Ministerio Público y la defensa legal del exjefe de Estado.

Como se recuerda, el fiscal Germán Juárez Atoche, afirmó que existe un latente peligro de fuga por parte del exjefe de Estado. Además, recordó que el 4 de julio vence la medida de impedimento de salida del país contra Vizcarra.

15 AÑOS DE PRISIÓN

El Ministerio Público ha requerido una condena de 15 años de prisión contra Vizcarra Cornejo. Según la hipótesis fiscal, durante su gestión como gobernador regional de Moquegua, el exmandatario habría recibido pagos ilícitos por un monto total de 2,3 millones de soles por parte de empresas del sector construcción.

Este caso se remonta a marzo de 2021, cuando varios aspirantes a colaboradores eficaces declararon ante el despacho del fiscal Germán Juárez Atoche. En sus testimonios, revelaron presuntos sobornos entregados por compañías vinculadas al denominado 'Club de la Construcción', a cambio de adjudicaciones en el Proyecto de Irrigación Lomas de Ilo y la obra del Hospital de Moquegua.

DIFUSIÓN


MINISTRO DE TRANSPORTE SE PRONUNCIÓ.

DEL TREN DE LIMA - CHOSICA

Sorprendido con una marcha blanca

"Me sorprende que se hable de una marcha blanca cuando no hay una obra iniciada", dijo el ministro de Transportes y Comunicaciones, César Sandoval Pozo, sobre el sistema de trenes que prestarían servicio de Lima a Chosica.

Esto tras el anuncio del alcalde de Lima, Rafael López Aliaga, quien dijo que se pondría en ejecución una marcha blanca

"La marcha blanca se da cuando una obra está concluida, se da días o semanas antes para ver qué defectos u observaciones por corregir a la obra ya concluida. Entonces, me sorprende que se hable de una marcha blanca cuando no hay una obra concluida, ni siquiera iniciada", declaró.

EX FISCAL PATRICIA BENAVIDES

Presenta apelación


ESPERA QUE SE ANULE SUSPENSIÓN.

El Poder Judicial concedió el recurso de apelación que presentó Patricia Benavides contra la resolución que la suspendió como fiscal suprema y titular del Ministerio Público.

El juez supremo Juan Carlos Checkley dispuso así que el recurso de Benavides Vargas sea elevado a la Sala Penal Permanente de la Corte Suprema de Justicia, instancia que decidirá si anula la suspensión de 24 meses que impuso el magistrado Segismundo León.

Jorge del Castillo, quien es uno de los abogados de Benavides Vargas, también confirmó que el recurso de su patrocinada será visto en la mencionada instancia.

Asimismo, el Poder Judicial también admitió a trámite la demanda de habeas corpus que presentó Benavides en contra de la fiscal de la Nación, Delia Espinoza, para que se aparte de las investigaciones en su contra y de las denuncias constitucionales presentadas ante el Congreso.

REDES



PERÚ, EEUU Y ARGENTINA PRESENTAN DECLARACIÓN CONJUNTA A LA OEA.

PIDEN DECLARAR AL TREN DE ARAGUA

Organización criminal

Perú, Estados Unidos y Argentina, junto a otros países, presentaron una declaración conjunta para pedirle a todos los miembros de la Organización de los Estados Americanos (OEA) que declaren al grupo criminal transnacional Tren de Aragua como organización terrorista.

La declaración, impulsada por el Gobierno del Perú y respaldada también por Ecuador, El Salvador, Panamá y Paraguay, fue presentada durante las 55 ª Asamblea General de la OEA, que se desarrolló en Antigua y Barbuda.

En el pronunciamiento, difundido por la Cancillería peruana, los países firmantes pidieron a los miembros de la OEA adoptar marcos jurídicos equivalentes que permitan una mayor capacidad de enjuiciamiento.

INDECOPI LE INICIO PROCESO SANCIONADOR POR CAÍDA DE TECHO TRES VECES

Plaza Norte corre riesgo de pagar multa de S/2 millones

✚ Incidentes ocurrieron cuando en local estaba lleno de clientes y trabajadores.


EN PLAZA NORTE PUDIERON OCURRIR VERDADERAS DESGRACIAS.

El Indecopi inició un procedimiento administrativo sancionador de oficio contra el Centro Comercial Plaza Norte, el cual, podría llegar a pagar una multa de casi 2 millones de soles si es encontrada responsable de la caída del techo del local en tres oportunidades los últimos dos años, poniendo en peligro la vida de clientes y los trabajadores del lugar.

Según Indecopi, Plaza Norte presuntamente ha vulnerado el Código de Protección y Defensa del Consumidor, relacionados con el derecho a la seguridad y a recibir servicios idóneos, recordando que la caída del techo sucedió el 24 de marzo, así como el 3 y 23 de junio de este año". "Ello, tras los continuos desprendimientos de material del techo del patio de comidas, cuando los consumidores se encontraban presentes, ocurridos el 24 de marzo, así como el 3 y 23 de junio de este año", aclara Indecopi.

EN CORTO

FIN DE SEMANA CON LLOVIZNAS Y NEBLINA EN LIMA

Lima y Callao registrarán este fin de semana un aumento en la presencia de lloviznas, neblina y cobertura nubosa, especialmente en los distritos próximos al litoral, informó el Servicio Nacional de Meteorología e Hidrología (Senamhi). Según el pronóstico de la entidad, entre hoy y mañana se espera un incremento de la velocidad del viento, de moderada a fuerte intensidad en la costa. Este fenómeno podría generar polvo, reducción de la visibilidad y una mayor sensación de frío en las primeras horas del día y durante la noche.

MUJER ESTABA EN PLENA LABOR DE PARTO

Se malogra ascensor con gestante en su interior



EL INCIDENTE OCURRIÓ EN CENTRO DE SALUD DE AYACUCHO.

De Ripley. Una embazada por poco pierde a su bebé que estaba por alumbrar cuando quedó encerrada en un ascensor malogrado de un centro de salud en el distrito de San Juan Bautista, en Ayacucho. Todo sucedió cuando la mujer se encontraba en labor de parto. Se conoce que la señora estaba siendo trasladada al tercer piso del centro de salud, a la sala de Ginecología, cuando el ascensor se malogró a mitad del camino. Tanto la gestante como sus familiares y personal de salud quedaron encerrados en el elevador. Después de varios minutos de incertudumbre, la mujer y las otras personas fueron rescatadas, mientras representantes del Ministerio Público llegó al lugar para iniciar investigaciones.





SUPERINTENDENCIA NACIONAL DE BIENES ESTATALES
PRIMERA INSCRIPCION DE DOMINIO

La **SUBDIRECCIÓN DE DESARROLLO INMOBILIARIO** de la Superintendencia Nacional de Bienes Estatales, de conformidad con lo dispuesto en el numeral 20.1.3 del Art. 20° del TUO de la Ley N.° 27444, hace de conocimiento lo resuelto en la **RESOLUCIÓN N.° 0527-2025/SBN-DGPE-SDDI** del 31 de marzo del 2025, con el siguiente extracto:

Se Resuelve:

PRIMERO.– DISPONER la **PRIMERA INSCRIPCION DE DOMINIO, EN MÉRITO AL DECRETO LEGISLATIVO N.° 1192**, respecto del área de **253,00 m2,** ubicada en Avenida Rio Lurín, al suroeste de la Urbanización Platanal Bajo, cercano al río Lurín, en el distrito de Lurín, provincia y departamento de Lima, con CUS N.° 195864, a favor del **SERVICIO DE AGUA POTABLE Y ALCANTARILLADO DE LIMA –SEDAPAL**, con la finalidad de destinarlo a la estructura denominada Pozo Proyectado PP-04, requerido para el proyecto: *"Mejoramiento y Ampliación los Sistemas de Agua Potable y Alcantarillado - Distrito de Lurín"*, conforme a la documentación técnica brindada por el titular del proyecto que sustenta la presente resolución, bajo sanción de reversión, conforme lo señalado en el décimo octavo y décimo noveno considerando de la presente resolución.

SEGUNDO.- La Oficina Registral de Lima de la Superintendencia Nacional de los Registros Públicos, Zona Registral N.° IX – Sede Lima, procederá a inscribir lo resuelto en la presente resolución.

TERCERO.- Disponer la publicación de la presente Resolución en el Diario Oficial El Peruano y en la Sede Digital de la Superintendencia Nacional de Bienes Estatales (www.sbn.gob.pe).

SUBDIRECCIÓN DE DESARROLLO INMOBILIARIO

EN CASO ESA NACIÓN INTENTE REANUDAR SU PROGRAMA NUCLEAR

Trump no esconde sus ganas de atacar de nuevo a Irán

✚ También sugirió a Jamenei reconozca que su país recibió una paliza de EE.UU.

WASHINGTON. El presidente de Estados Unidos, Donald Trump, declaró ayer que consideraría "sin duda" bombardear Irán de nuevo si los datos de inteligencia concluyen que es capaz de enriquecer uranio a los niveles necesarios para fabricar armas atómicas. Un periodista le preguntó en una rueda de prensa en la Casa Blanca si consideraría nuevos ataques aéreos si los bombardeos de la semana pasada no lograron poner fin a las ambiciones nucleares de Irán. "Sin duda. Absolutamente", contestó Trump. "Eres un hombre de gran fe, muy respetado en este país. Debes decir la verdad: han recibido una paliza", añadió sobre el guía supremo iraní, el ayatolá Alí Jamenei. "Como saben, sus instalaciones fueron destruidas, sus malvadas instalaciones nucleares", añadió el mandatarioen la Casa Blanca.



TRUMP ESTÁ DECIDIDO A IMPEDIR QUE IRÁN FABRIQUE BOMBAS ATÓMICAS.

EN CORTO

PADRES PUEDEN RETIRAR A SUS HIJOS DEL COLEGIO

WASHINGTON. La Corte Suprema de EE.UU falló ayer a favor de los padres de alumnos que, en nombre de la libertad religiosa, quieren poder retirar a sus hijos de las clases cuando se utilicen libros que traten temas LGBTQ. El más alto tribunal -de mayoría conservadora- dictaminó por seis votos contra tres que privar a los padres de escolares de la posibilidad de no exponer a sus hijos a temas LGBTQ es "una infracción inconstitucional" de su libertad religiosa e "interfiere sustancialmente en el desarrollo religioso de los niños".

ES GRAVE CRISIS POR LÍQUIDO ELEMENTO

Ahora en Venezuela perforan pozos de agua



EL AGUA SE RACIONA CADA VEZ MÁS EN EL PAÍS LLANERO.

MARACAIBO. Los habitantes de Maracaibo suelen bromear con estar listos para un apocalipsis. En la otrora próspera capital petrolera de Venezuela se va la luz por horas, no hay gasolina y el agua se raciona por días. Maracaibo es la capital del estado Zulia (oeste), centro del auge petrolero venezolano. Fue una ciudad pujante, la primera que gozó del servicio eléctrico que ahora falla frecuentemente. Pero ahora excavar y construir pozos de agua se ha convertido en la opción para viviendas, escuelas, comercios, iglesias y centros de salud. No es barato, los precios van entre 1.000 y 6.000 dólares. Manuel Palmar sonríe cada vez que abre el grifo y ve salir el chorro potente de agua. "¡Es una bendición!", asegura.

Compañía Latinoamericana de Radiodifusión S.A. RUC: 20100163986

¡PONTE EN LA COLA!





MAYRA GOÑI POR PRIMERA Y ÚNICA VEZ ¡LO CUENTA TODO!



DOÑA MARTHA, LA MAMÁ DE MILETT Y SUEGRA DE TINELLI ¡EN VIVO!

ESTE LUNES A LAS 2:00PM

DANIELA CILLONIZ

GUERRERO LE DIJO: "QUE LINDA ERES"

✚ Contó que intercambiaron mensajes.

La periodista Daniela Cilloniz se presentó en el programa digital 'Hoy a presión sin filtros' y dispuesta a remecer la farándula peruana.

Durante su participación, no solo habló sobre la mediática relación entre el 'Loco' Vargas y Tilsa Lozano, sino que también expuso conversaciones privadas que mantuvo con Paolo Guerrero cuando el futbolista jugaba en Brasil.

Según lo que dio a conocer la reportera, el 'Depredador' se puso en contacto con ella en el 2011, luego de que entrevistara a su mamá, Doña Peta, para el ahora fenecido programa 'Enemigos Públicos'.

"Dani, qué linda eres. Me encantó tu email. Te mando un besote y en verdad te considero una amiga. Te mando muchos besos", fue uno de los mensajes que le mandó el delantero, luego de haberle pedido que encienda su camara de su Mac.

MARISOL

ESTARÁ FRENTE A PAMELA

✚ Compartirá escenario con pareja de Cueva.

Marisol, detractora de Pamela Franco, compartirá escenario con ella en el Festival de San Pedrito, donde ambas figuras de la música tropical son el plato fuerte del evento.

Como se recuerda, la faraona de la cumbia criticó la relación de su colega del canto con el polémico futbolista y grabó junto a Pamela López una canción. Y se mostró a favor de la unión familiar.

Pero cuando se trata de trabajo, dice que ser profesional. Es así que compartirán escenario hoy en la Explanada de Agua Dulce de Chorrillos y mañana sábado se presentará en el evento Corazón Serrano.(MP)



FARAONA DE LA CUMBIA.

"ME INSULTA Y MI MAMÁ NO HACE NADA"

✚ Farid Ode mostró los chats que le mandó su hija ante presuntas agresiones de la pareja de Mariella Zanetti.



El mediático Farid Ode decidió no quedarse con los brazos cruzados ante las declaraciones de Mariella Zanetti, quien salió a favor de su pareja Javier Blondet en medio de las acusaciones de los malos tratos que recibiría su hija Gamille Ode.

Ahora, la figura pública rompió su silencio ante las cámaras y volvió a defender a su primogénita del novio de la actriz peruana.

En la última edición de Magaly TV La Firme se conectó mediante un enlace en vivo Farid Ode, quien se mostró bastante indignado por la situación que pasa su hija. Esta vez, la ex pareja de Mariella Zanetti decidió exponer la conversación privada que tuvo su hija donde ella le pide ayuda.

"Me estuvo insultando y mi mamá no hace nada", escribe Gamille Ode ante el maltrato de Javier Blondet dejando en evidencia que la actriz cómica decidió no sacar cara por ella. Por su parte, la figura pública le respondió preocupado.

"Hija, te estoy llamando. ¿Estás bien? Hija recién llego a mi casa, voy a bañarme y te aviso para que bajes. ¿Estás bien?", le preguntó Farid Ode previo a ir por ella y desatar una gran pelea en plena vía pública con la pareja de Mariella Zanetti.

No se irá de casa

"Ella no va a vivir sola todavía porque ella está empezando, esta es su casa y no tiene por qué irse de su casa. A menos que ella realmente me diga: 'Mamá, sabes qué, me quiero ir', yo lo voy a respetar, como siempre la he respetado", expresó Zanetti al ser consultada sobre una posible mudanza de Gamille al lado de su padre, Farid Ode.

MALENTENDIDO

Días atrás, Mariella Zanetti rompió su silencio y explicó el verdadero motivo detrás del enfrentamiento entre su hija Gamille y su esposo Javier Blondet, luego de que se difu[n]... video donde se... una acalorada ... entre ambos. Se... triz, todo se or... un malentend... cionado con un... de higiene pers...

GAMILLE ODE

ndiera un
e escucha
discusión
gún la ac-
iginó por
ido rela-
producto
onal.

TILSA LOZANO

AGRADECE A MAGALY

✚ Por difundir ampay de Jackson Mora con española.


INDICÓ QUE LE ABRAZARÍA.

"La abrazaría y le daría las gracias", expresó Tilsa Lozano en agradecimiento a Magaly Medina por difundir las imágenes de Jackson Mora con la española Laura Fernández.

Cabe mencionar que Tilsa dejó en claro que lo que diga Magaly Medina sobre ella "siempre será veneno", pero en esta ocasión le agradeció por hacerla sentir que "no estaba loca", como quería hacerle creer su expareja.

"Lo que ella diga siempre será con veneno, su opinión no es relevante para mí, pero en este caso la abrazaría y le daría las gracias. Es lindo saber que no estaba loca, como él me quería hacer creer, y que tomé la decisión correcta al separarme", expresó Tilsa.

Luego continuó: "Lo raro es que dicen que la chica se va a casar, así que parece que los dos jugaban en las mismas canchas, ja, ja, ja. En realidad, me hace un favor".

Para finalizar la entrevista, la ex modelo confirmó que no le interesa lo que haga ahora Jackson Mora, pues ya están divorciados.

"Lo que haga después del divorcio no me interesa. Lo que hizo en noviembre, estando casado conmigo, solo habla mal de él. La vida es tan buena que siempre saca a la luz todo", finalizó.

"Le negué reuniones"

"Le negué algunas reuniones que tuve con ella en Madrid y no solo con ella. Yo en ese momento tenía esposa, yo respeto mucho a Laura, respeto mucho al novio" dijo Jakcson Mora sobre el ampay.

AMERICA HOY

LE HACEN EL ACLARE

El presidente de Emelec, Jorge Guzmán, dejó en shock a los conductores de América Hoy al asegurar que nunca les concedió una entrevista donde nombró a Christian Cueva y que el audio difundido no corresponde a su voz.

Ante estas declaraciones, Ethel Pozo y Janet Barboza presentaron pruebas que desmienten a Guzmán y evidencian que sí habló sobre Christian Cueva.

La primera fue un audio completo en el que se escucha a la periodista identificarse y preguntarle directamente si es Jorge Guzmán.

Como segunda prueba, Ethel Pozo y Janet Barboza presentaron un video en el que comparan la voz de Jorge Guzmán en el audio difundido con otra entrevista anterior que el empresario concedió a medios ecuatorianos.


A PRESIDENTE DEL EMELEC

VOLANTE CADA VEZ MÁS CERCA DE ALIANZA LIMA

¡Listo para tocar en la "Peña"!

● Esta en plenas tratativas con directiva íntima. ● Podría firmar por 4 temporadas.

Sandro Bazán

Su poca continuidad en la última temporada con PAOK de Grecia lo hizo aceptar el reto de regresar a Alianza Lima. Sergio Peña se encuentra cada vez más cerca de volver a su casa luego de 10 años y solo restan pocos detalles para ser anunciado de forma oficial como refuerzo para este año.

'Peñita' tuvo ayer el primer acercamiento oficial con la dirigencia aprovechando su estadía en Lima. El proyecto le agradó otorgando el visto bueno para su retorno, pero ahora toca el paso más importante, cerrar con PAOK su traspaso.

En un primer momento, se consideró un posible préstamo, sin embargo, en las últimas horas, se avanzó para completar una transferencia tomando en cuenta que el club griego ya no lo tendría entre sus planes para la próxima temporada.

Alianza intentará en las próximas horas tener un acuerdo en el plano económico con PAOK para cerrar el fichaje que será en principio por 4 temporadas. De no mediar inconvenientes el lunes podría quedar finiquitado todos los detalles para sumar su primer refuerzo para el Clausura en búsqueda del título.

SE JUNTA CON SU TÍO

Sergio Peña tiene en una buena consideración que su regreso a Alianza Lima le caería muy bien a su carrera por su falta de continuidad. Además podrá cumplir uno de sus sueños anhelados de volver a jugar junto a su tío Paolo Guerrero. Antes lo hizo en la Selección Peruana, pero sería la primera vez que podrían compartir en un club. Todo dependerá de los próximos días para que el sueño de ambos se pueda hacer realidad y tratar de pelear el título nacional a final de la temporada.

¡Un choque de altura!

Aunque no es una final, tiene el color de un partido definitorio. Alianza Lima enfrenta en Arequipa a Melgar (6:15 p.m.) con la obligación de arrancar tres puntos. El ganador será el elegido para pelear hasta la última fecha por arrebatarle el primer lugar a Universitario, que descansa en esta jornada. Los íntimos llegan descansados y preparados para el desafío. La recuperación de Miguel Trauco obliga a poner a todos los jugadores con mayor experiencia a jugar el partido decisivo. En el ataque, Hernán Barcos será la cara visible al llegar con una motivación extra tras su gol del triunfo ante Comerciantes.

Melgar se juega también su última opción de pelear por el Torneo Apertura. El partido promete emociones y goles en el Monumental de la UNSA.

Santamaría prepara su debut con la 'U'

Anderson Santamaría tendrá su estreno en la temporada con Universitario el domingo 6 de julio ante Deportivo Garcilaso, en Cusco. El zaguero central conoce a la perfección la altura y tiene buen desenvolvimiento, por ello, el DT Jorge Fossati lo tiene incluso en sus planes para que pueda ser titular en la búsqueda de tres puntos claves.

El polifuncional futbolista recibió todos los documentos y quedó apto para poder ser utilizado por el líder del Apertura sin problemas luego de que no pudo estar contra Atlético Grau en Trujillo.

Por otro lado, la próxima semana, Universitario deberá cerrar el acuerdo total con Jesús Castillo. El volante de Gil Vicente solo espera el visto bueno de su club para llegar a Lima y entrenar en Campomar, ya que es r un pedido del 'Nonno' Fossati, quien lo conoce a la perfección.



ARRANCAN OCTAVOS DEL MUNDIAL

Es cosa de grandes

Palmeiras vs. Botafogo por un lado y Chelsea vs. Benfica por otro.

El Mundial de Clubes 2025 entró en sus instancias finales. Palmeiras y Botafogo abrirán los cruces de octavos de final cuando se enfrenten hoy (11:00 a.m.) en el campo del Lincoln Financial de Filadelfia, en un duelo con sabor brasileño y que promete muchas emociones de principio a fin en ambos arcos.

El Verdao depositará sus esperanzas de marcar diferencias en la joya brasileña Estevao, reciente fichaje del Chelsea. Por su parte el Fogao tiene en Igor Jesús, autor de dos anotaciones en el torneo, a su máxima referencia de ataque.

La llave asegurará la presencia de un equipo sudamericano en los cuartos de final del certamen, además será una revancha para la escuadra verde, ya que en los últimos 5 enfrentamientos en competencias domésticas, fueron dos empates y tres triunfos para el campeón de la Copa Libertadores 2024.


AL MENOS UN EQUIPO BRASILEÑO ASEGURARÁ PASE A LOS CUARTOS DE FINAL.

LA OTRA LLAVE

En otra electrizante llave, Chelsea medira fuerzas ante el siempre complicado Benfica de Portugal (3:00 p.m.) en el Bank of América de Charlotte. Enzo Pérez será el dueño del mediocampo azul para recuperar y generar las ocasiones de peligro, mientras que Pedro Neto y Liam Delap seguirán conformando el binomio ofensivo que ya le dio resultados al equipo en la fase de grupos donde vencieron a Los Ángeles, cayeron ante Flamengo, y superaron al Esperance Tunis.

Por su parte Las Águilas vienen dando la hora en el torneo al vencer a uno de los candidatos como Bayern Múnich y luego eliminar a uno de los mejores representantes de Conmebol, como Boca Juniors.

Ángel Di María está firmando una campaña espectacular para el cuadro luso, a sus 37 años es el gestor de tres goles y uno de los máximos artilleros del certamen haciendo uso de toda su sapiencia y experiencia en esta clase de competiciones. El compromiso promete mantener de pie a millones de espectadores en el mundo.



Los Chankas bien fuerte

Con goles de José Manzaneda (12') y Adrián Quiróz (14'), Los Chankas vencieron en calidad de visitante 2-1 a Ayacucho FC por la fecha 17 del Torneo Apertura, sumando así su segundo triunfo consecutivo. Descontó a los 20' Jhon Lucumí para 'Los Zorros', que son firmes candidatos al descenso.



Cienciano no pudo de visita

Juan Pablo II y Cienciano no se sacaron diferencias al igualar 2-2 en Chongoyape. Anotaron para el "Papá", Jimmy Valoyes y Osnar Noronha (15' y 27'); mientras que para el local marcaron Emiliano Villar(39') y Renzo Alfani en la última del partido. La próxima fecha el cuadro imperial recibirá a Cristal en Cusco.



INSATISFECHO CON PLANTEL DE CRISTAL

Autuori quiere fichar refuerzos

Sporting Cristal se despidió del Apertura y alista cambios drásticos con miras al Clausura. El técnico Paulo Autuori ha solicitado a la directiva celeste la contratación de hasta 5 refuerzos para pelear el título nacional en la segunda parte del año. La prioridad es un central, dos laterales, un volante mixto y un extremo con gol para darle mayor volumen ofensivo al equipo.

No obstante, el principal escollo para el técnico es el escaso presuesto del club para hacer contrataciones. En las próximas horas habrá una nueva reunión con el gerente deportivo, Gustavo Zevallos, para definir el tema. La idea es hacer un esfuerzo económico para levantar el nivel.

SE VIENE PURGA

Del mismo modo, el club anunció la salida del defensa uruguayo Franco Romero y por esa misma línea continuarían otros elementos importantes del plantel, como Gianfranco Chávez, Nicolás Pasquini, Axel Cabellos, Misael Sosa y Leandro Sosa. Autuori no estaría conforme con la actitud demostrada por estos jugadores en la cancha.


'ALADINO' SE VA GANANDO EL CARIÑO DE LOS ECUATORIANOS.

DESPIDIERON A JORGE CÉLICO EN EMELEC

Cuevita se quedó sin entrenador

Emelec de Christian Cueva y Alfonso Barco anunció la destitución de Jorge Célico del banquillo. El entrenador fue cesado de su cargo debido a los malos resultados que venían acompañando al equipo en la liga ecuatoriana. El empate del fin de semana con Chotoleí 1-1 en Quito, incluso con la participación de un "Aladino" que fue ovacionado, convenció a la directiva eléctrica para cambiar de timón, así lo confirmó el propio Célico. "Me enteré anoche, increíblemente por chat. Me escribió el presidente César Avilés para decirme que estaba en disponibilidad mi puesto. Dolido por todo eso. Sí, me enteré por Whatsapp y fue muy vergonzoso", sostuvo el entrenador argentino, que será reemplazado interinamente por Cristian Nasuti. Mientras tanto, la directiva del 'Bombillo' trabaja en la elección del nuevo estratega y entre los nombres que más gustan está el del ecuatoriano Juan Carlos León. Consideran que el actual estratega de Libertad podría explotar mejor las condiciones de Christian Cueva y a los otros refuerzos del equipo.



Cuidando tu salud
Los hombres que fuman tienen un riesgo más alto de sufrir disfunción eréctil. Fumar también puede afectar el esperma, lo que puede reducir la fertilidad.



El dato
Cada año más de 8 millones de personas mueren a causa del tabaco.

¿Y qué es?
Enfisema Se descomponen las paredes entre los sacos pequeños de aire en los pulmones, lo que crea sacos más grandes pero menor cantidad.



QUIEN FUMA Y QUIEN NO SON VÍCTIMAS POR IGUAL

Tabaquismo, un enemigo peligroso

✚ Fumar puede poner en riesgo tu salud y exponerte a enfermedades peligrosas.



Zoraida Peña H.

Todos sabemos que fumar hace daño, que puede provocar serias enfermedades como el cáncer o afecciones respiratorias.

Por ello, es importante concientizar a la población de los peligros que la adicción al cigarro acarrea, pero no solo para quienes fuman sino también para quienes no lo hacen.

Según la American Cáncer Society, las personas fumadoras mueren 10 años antes que aquellas que nunca fumaron. Asimismo, se indica que el tabaco también puede causar varias otras enfermedades y puede dañar casi cada órgano del cuerpo, incluidos los pulmones, el corazón, los vasos sanguíneos, los órganos reproductivos, la boca, la piel, los ojos y los huesos.

Cerca del 80% de los cánceres de pulmón, como también cerca del 80% de las muertes por cáncer de pulmón, se deben al tabaquismo.

"La principal causa de adicción tanto física como psicológica es la nicotina que libera en el cuerpo ciertos neurotransmisores dando una falsa sensación de bienestar", señaló el Dr. Luis Torres Gil, cirujano oncólogo de Oncosalud.



Toma nota:
Fumar daña las vías respiratorias y los pequeños sacos de aire en sus pulmones. Puede generar la enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC).





LO QUE DEBES | SABER

Fumadores pasivos y quienes "vapean"

El oncólogo indicó que el riesgo no solo es para los fumadores. "El fumador pasivo (no fumador) absorbe el humo del ambiente teniendo también los mismos riesgos de desarrollar enfermedades", indicó tras confirmar que estas personas terminan siendo las más perjudicadas. "Esto es muy cierto, debido a que el humo del cigarro es el producto de la combustión de los elementos nocivos del mismo y el fuego", dijo.

Quienes fuman cigarros electr+onicos, también están expuestos al peligro. "Está demostrado que el vapeo puede producir enfermedades agudas y crónicas en el pulmón, asimismo hay estudios que lo asocian con el cáncer. En relación a esto hay una ley (32159) que da restricciones similares al cigarro para evitar el daño de este 'nuevo' factor de riesgo en las personas", dijo.



LOS NO FUMADORES PUEDEN SER LOS MÁS PERJUDICADOS.

Si quieres dejar de fumar sigue estos consejos

Aunque no es una tarea fácil, dejar de fumar no es imposible siguiendo las indicaciones de un especialista. 1. Fijar una fecha de abandono permite prepararse emocionalmente y asumir el compromiso con mayor claridad. 2. Existen terapias psicológicas, farmacológicas y programas de acompañamiento. 3. Conocer qué situaciones o emociones generan el impulso de fumar es esencial para anticiparse y actuar con estrategias preventivas. 4. Realizar ejercicio físico regular ayuda a manejar la ansiedad y mejora la salud general. "Tener presente el motivo principal, ya sea la salud, la familia o el bienestar económico, puede dar fuerza en momentos de recaída", refirió el Dr. Octavio Cabero, cirujano oncólogo de tórax en Oncosalud.

Primeros auxilios
Si la persona se encuentra inconsciente, trata de despertarla moviendo suavemente su mano o hablándole. Si no responde, verifica su respiración observando si el pecho se levanta o acercando un lado de tu rostro a la nariz y boca del paciente.



Cifra
En lo que va del año, la región Loreto registra 644 casos de tosferina.

El avance
Perfusión caliente Proceso que puede mantener el corazón latiendo y los pulmones "respirar" para ser trasplantados.



ENCUENTRA LAS MEJORES RECETAS SIEMPRE CON EL DIARIO EL POPULAR

Prepara un delicioso ARROZ CON MARISCOS

El nuevo coleccionable Cocina con arroz llega para ayudarte con el menú.

Las mejores comidas llegan a tu hogar a través de las recetas coleccionables que siempre te trae tu diario favorito el Popular.

Esta vez, el nuevo coleccionable está dedicado al arroz, un ingrediente imprescindible en la gastronomía peruana.

Cocina con arroz, trae más de 40 recetas variadas, qe te ayudarán con el menú diario de tu hogar y también con el de tu emprendimiento gastronómico. Las recetas vienen con tips y consejos que te servirán para realzar los sabores y sazón de tus preparaciones.

ARROZ CON SABOR A MAR

La receta de mañana es ideal para todos aquellos amantes de la comida marina.

El arroz con mariscos es un clásico que no puede faltar en las mesas peruanas, aprende a prepararlo como los expertos con la lámina de mañana.



Consulta Médica

Dra. Adelina Lozano (*)

EL VIRUS DE LA HEPATITIS B

Se estima que 254 millones de personas padecen esta enfermedad y esto es lo que debes saber:

1. Es una infección viral que afecta al hígado. Si se adquiere en la infancia, existe un 90% de probabilidad de que se vuelva crónica. En cambio, cuando se contrae en la edad adulta, el riesgo fluctúa entre el 5% y el 10% de los casos.

2. Se trasmite por vía sanguínea o por transfusiones de algún elemento de la sangre de personas infectadas, así como, por relaciones sexuales, curaciones dentales, piercing, tatuajes, entre otros.

3. El 80% de los pacientes son asintomáticos.

4. Puede causar cirrosis hepática y cáncer de hígado.

5. La infección se puede prevenir con una vacuna de tres dosis.

* Gastroenteróloga de la Clínica Ricardo Palma

COLECCIÓN: 2 Familia bien alimentada

Receta del Instituto Nacional de Salud

Olluco con mollejitas

INGREDIENTES

- 1/2 kg de olluco picado.
- 8 mollejitas de pollo.
- 1/4 kg de papa blanca.
- 1 cebolla mediana.
- 1 cdta. de ajo molido
- 2 cdtas. de ají colorado molido.
- Perejil picado a gusto.
- Sal, comino y pimienta al gusto.
- Aceite vegetal.

PREPARACIÓN

Dorar en aceite la cebolla en cuadritos con el ajo y el ají colorado, condimentar con sal, pimienta y comino. Una vez dorado, incorporar el olluquito picado, la papa cortada en cubitos pequeños y cubrir con agua o caldo. Tapar y dejar cocinar a fuego medio hasta romper hervor. Mientras tanto, freír en aceite las mollejitas cortadas en tiras y sazonadas con sal, pimienta y comino. Luego agregar al guiso de olluco y mezclar. Espolvorear el perejil picado. Apagar el fuego y servir con arroz.

Secreto del Chef
Si le agregas charqui recuerda remojarlo primero en agua y enjuagarlo bien para quitarle el exceso de sal.

TIPS

1 PRIMERAS SEMANAS DEL EMBARAZO

Entre la semana 4 a la 10 se debe realizar el primer control y ecografía: Se confirma el embarazo, se calcula la edad gestacional y se verifica la ubicación del embrión. Se solicitan análisis iniciales para obtener un perfil prenatal y pruebas para descartar enfermedades de transmisión vertical.



2 CHEQUEOS PARA HOMBRES DE MÁS DE 45

Los hombres de 45 años a más deben hacerse chequeos como pruebas de próstata (PSA y tacto rectal): para la detección temprana de cáncer prostático; chequeo cardiovascular: evaluación completa del corazón y arterias. Revisión ósea y de vitalidad general: útil cuando hay fatiga, dolor o deterioro físico.



3 LA VITAMNA C ENDOVENOSA

"Antes de recibir vitamina C endovenosa es fundamental conocer el estado de salud del paciente. No todas las personas la requieren, existen contraindicaciones y debe realizarse una evaluación médica previa", explica Katherine Roque, docente de Inyectoterapia del Instituto Carrión.



Gaturro



Las 7 diferencias



Estos dos dibujos parecen iguales pero no lo son. Fíjate bien y encuentra siete diferencias entre ellos.

chiste

Vitamina C
Yo vivo a base de vitamina C:
Computadora, Celular, Comida, Cama y Cerveza.

acertijo

Si un ciclista viaja a 20 km/h, ¿cuánto tiempo tardará en recorrer 50 km?

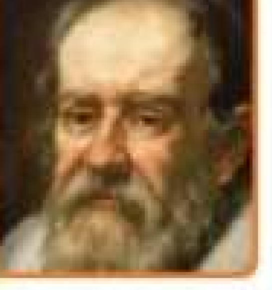
Sudoku

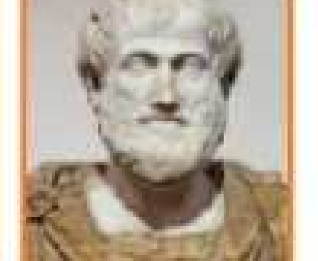
9	4			3	8	6		
	1	7			6			5
				5		4	2	
	5						7	
		2	9		5	8		
1	3			7	4		9	2
				8	2	7	6	
8		3			1			4
6		1			9		3	

¿Quién lo dijo?

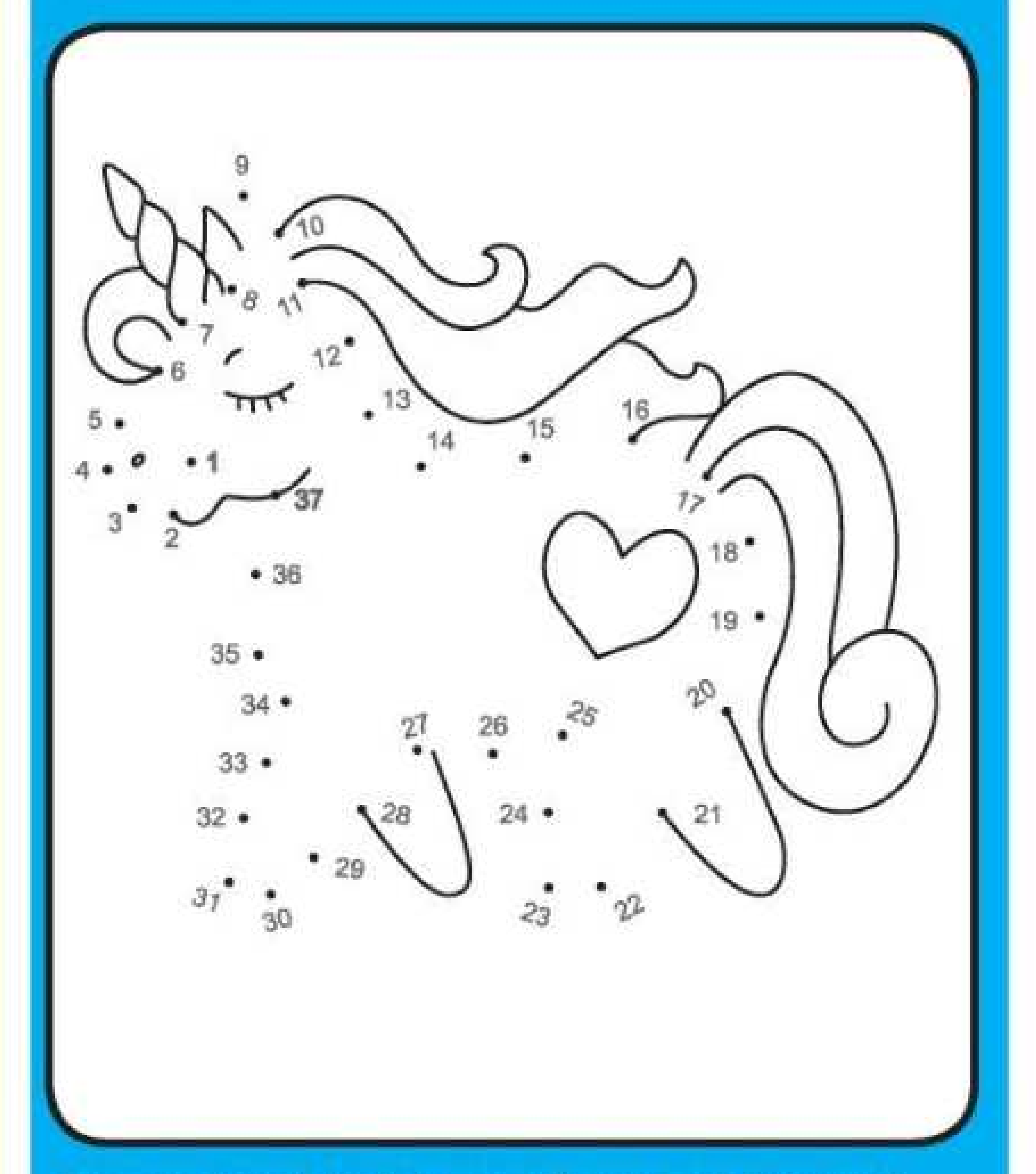
" La felicidad es el significado y el propósito de la vida, y todo el objetivo y el fin de la existencia viviente. "

- Pitágoras
- Galileo Galilei
- Aristóteles





A dibujar



Para completar el dibujo traza una línea uniendo los puntos numerados en orden. Al terminar podrás colorear el dibujo.

Soluciones de ayer



9	3	1	2	5	4	6	8	7
8	6	7	1	9	3	5	2	4
5	4	2	7	8	6	9	1	3
2	8	3	5	4	1	7	9	6
4	7	9	3	6	8	2	5	1
1	5	6	9	2	7	4	3	8
3	2	4	6	1	5	8	7	9
7	9	8	4	3	2	1	6	5
6	1	5	8	7	9	3	4	2

El acertijo: Porcentaje comido = (2/10)×100%=20%.

¿Quién lo dijo?:
Henry Miller.

Sopa de letras

E	B	I	N	V	E	S	T	I	G	A	C	I	O	N	N	L	O	D	M	P	A	L	W
T	F	I	Y	B	S	C	L	P	J	P	R	O	T	E	C	C	I	O	N	Z	U	N	D
O	H	U	G	O	Z	A	X	S	T	D	Q	K	N	J	E	G	A	M	Y	P	F	H	M
L	B	V	N	W	R	R	J	T	Z	M	X	S	K	N	L	D	Q	D	I	F	I	B	V
H	G	O	C	C	U	E	Y	V	T	I	E	M	P	O	I	Z	W	M	J	T	P	U	F
Y	O	X	N	C	I	E	R	I	N	O	I	C	C	E	T	E	D	V	I	W	A	F	K
G	P	O	C	Y	M	O	Z	X	T	B	S	O	S	P	E	C	H	O	S	O	S	D	S
E	B	P	S	G	Z	C	N	I	A	V	H	T	M	L	T	O	C	S	G	H	U	R	O
Y	D	K	M	Z	E	O	X	A	P	S	R	B	N	Q	F	Y	U	O	K	Z	I	H	T
V	R	W	E	N	I	G	C	X	R	A	I	P	E	R	S	O	N	A	S	E	O	R	I
D	W	K	I	C	M	L	Z	P	M	I	S	S	E	R	E	B	E	D	Q	P	N	S	L
A	I	C	N	U	N	E	D	I	L	E	O	O	T	J	P	O	L	I	C	I	A	N	E
N	Z	U	C	K	B	D	E	A	R	S	T	S	E	E	F	Q	L	I	M	J	T	W	D
O	F	Y	G	A	S	N	Z	E	O	N	A	R	A	D	N	V	A	G	E	N	T	E	U
I	W	S	P	I	T	R	D	B	E	L	C	I	N	L	R	C	D	G	J	T	U	A	Y
C	C	J	E	O	C	O	S	I	R	I	C	Y	H	A	K	A	I	M	R	N	W	Q	V
N	J	U	R	L	P	F	M	E	C	N	Q	N	P	N	D	I	T	A	Y	P	U	J	E
E	Z	R	R	O	L	I	N	I	A	M	Q	W	O	I	A	G	P	S	U	J	E	I	B
V	N	A	O	D	N	E	O	L	L	W	L	R	A	M	K	H	T	B	E	J	O	I	R
E	N	M	S	E	T	B	I	G	Z	E	D	B	D	I	C	W	L	F	P	R	G	O	T
R	I	E	T	E	K	G	H	Z	Q	E	E	J	Y	R	Q	I	F	S	B	R	R	E	D
P	A	N	D	J	I	L	I	Y	N	O	C	G	Z	C	C	C	K	M	L	W	I	A	P
Q	A	T	U	V	B	J	F	A	G	Z	V	E	T	O	X	N	S	D	C	P	Y	R	T
M	K	O	X	V	J	L	U	B	Z	I	N	M	F	S	H	G	W	A	E	J	C	S	Q

AGENTE DE POLICÍA

- ☐ ADIESTRAMIENTO
- ☐ AGENTE
- ☐ ARRESTAR
- ☐ ASISTENCIA
- ☐ CRIMINAL
- ☐ DEBERES
- ☐ DELITOS
- ☐ DENUNCIA
- ☐ DETECCIÓN
- ☐ DETENERLAS
- ☐ EJERCICIO
- ☐ FUNCIÓN
- ☐ FUNCIONARIO
- ☐ INVESTIGACIÓN
- ☐ JURAMENTO
- ☐ LIMITADO
- ☐ MANTENIMIENTO
- ☐ ORDEN
- ☐ PERROS
- ☐ PERSONAS
- ☐ PODERES
- ☐ POLICÍA
- ☐ PREVENCIÓN
- ☐ PROTECCIÓN
- ☐ PÚBLICO
- ☐ SOSPECHOSOS
- ☐ TIEMPO
- ☐ VIGILANCIA

Consultorio sentimental

Mi esposo dejó de ser detallista conmigo

MARIBEL (29). Estimada doctora, estoy atravesando un momento difícil en mi relación. Antes, mi esposo me llenaba de sorpresas. Me enviaba flores a mi trabajo, reservaba una mesa en algún restaurante bonito o me daba un regalito cada cierto tiempo. Además, me recogía de mi centro de labores. Ahora que estamos casados, ha dejado de lado todos esos detalles. Aunque no ha dejado de ser cariñoso, me siento extraña porque creo que ya no soy tan importante para él. No sé si reclamarle o preguntarle directamente qué le está pasando. Me gustaría que él vuelva a ser la persona que conocí hace tiempo. Usted, ¿qué me aconseja?



RESPUESTA

Querida Maribel, los detalles son importantes en una relación para que se mantenga la ilusión. No pienses que tu esposo ha dejado de amarte. Ahora que están casados, habrán otras preocupaciones. Pero tú también puedes sorprenderlo con alguna cena romántica. Así puedes aprovechar para dialogar.

Dra. Cora Song corasong@gmail.com

ASTROLOGÍA

Jhan Sandoval
Telf: 972709222
www.jhansandoval.com

ARIES: 21 mar. 20 abr.
El temor a volver a sufrir un engaño te hace desconfiar de todas las promesas o actos de la persona que amas. Hoy surgirá un encuentro y será tu oportunidad para expresar lo que sientes.

TAURO: 21 abr. 21 may.
Tendrás tiempo para analizar cada acto o palabra de esa persona que desea conquistarte. Hay actitudes que te parecen superficiales y pensarás en tomar distancia. Piénsalo bien, no seas radical.

GÉMINIS: 22 may. 21 jun.
No pierdas el control de tus emociones, es posible que digas cosas de las que luego te arrepentirías. La otra parte te escuchará y logrará entenderte si mantienes una actitud objetiva y pacífica.

CÁNCER: 22 jun. 22 jul.
El miedo y la inseguridad están paralizándote y te hacen ver peligros donde no hay nada. Hoy conversarás con alguien que te inspira confianza y protección, sus palabras te ayudarán a cambiar.

LEO: 23 jul. 23 ago.
Aunque la atracción es mutua y esto te impulsaría a tomar iniciativa, considera que esa persona es algo tímida e insegura, lo que se podría interpretar como desinterés. No te aceleres, paciencia.

VIRGO: 24 ago. 23 set.
De una forma inteligente y sutil estarías despertando ilusiones en alguien que llama tu atención. Esa persona dejará algo atrás por darse una oportunidad contigo. No tomes nada a la ligera.

LIBRA: 24 set. 23 oct.
Alguien que sabes no tiene buenas intenciones contigo ha intentado perjudicarte con sus acciones o comentarios negativos, pero gracias a tu integridad y buena imagen, no podrá conseguirlo.

ESCORPIO: 24 oct. 22 nov.
Si solo te dejas llevar por tus sentimientos, es posible que inicies una relación con esa persona que no conoces del todo. Hay aspectos de su vida que ignoras. No te aceleres, debes esperar.

SAGITARIO: 23 nov. 21 dic.
Una amistad con la que habías planificado una actividad importante, cambiaría los planes de manera sorpresiva. Su cancelación te obligaría a mover horarios y reorganizarte, paciencia.

CAPRICORNIO: 22 dic. 20 ene.
Estás sacrificando tus planes personales por cumplir con los deseos de tu pareja. No obstante, esto se haría una constante donde podrías sentirte absorbido. Establece algunos límites.

ACUARIO: 21 ene. 19 feb.
Tienes que ser más exigente con ese familiar que ha descuidado sus obligaciones. A pesar de las molestias que tus condiciones podrían generarle, será el único camino para que se organice.

PISCIS: 20 feb. 20 mar.
El exceso de responsabilidades que tienes afecta otros ámbitos de tu vida, como el sentimental. Tu pareja se estaría distanciando. Cambia radicalmente y acércate, todo puede mejorar.

7 750893 419641

UNO DE LOS CONTINENTES
GASA
REPETIDA
... ADU CANTANTE BRITANICA
CLORO
ANTIGUA NOTA "DO"
HACIA (INGL.)
GERMANIO
PROGRAMA DE TV
A NIVEL
SEPTIMO PLANETA
NEPTUNIO
CARNE ASADA
MUSICA POPULAR
VATIO
PEDAZO DE AZUCAR
PUNTO CARDINAL
OREJA (INGL.)
INTERJECC. DE ANIMO
DESAFIA
LA PRIMERA
ANTIGUE MEDIDA CHINA
DIVISIBLE POR DOS
DEFECTO
AMARRA
AVENIDA (ABREV.)
DIGNIDAD PAPAL
CESPED (INGL.)
ARTICULO NEUTRO
ALTAR
PRIMERAS LETRAS
SODIO
1002 (ROM.)
IGLESIA CATEDRAL
LATERALES DE LA "E"
REMOVER LA TIERRA
MILLAR
COLUMBIO, MAXVELL
EUROPIO
MESUT OZIL
ESPECIE DE SALVIA
MEDICO, SANITARIO
EL (ITAL.)
LUIS SUAREZ
NEW YORK
TERCERA PERSONA
EXTRATERRESTRE
EN ESTE LUGAR
SI (QUECHUA)
TODO (INGL.)
QUE NO ESTA ENFERMO
... ALEX FERGUSON
PADRE DE MATUSALEN
NINGUNA ANTERIOR
CALCIO
GRUPO SANGUINEO

Vivamos más y mejor

medicina nutricional y ortomolecular
por: José Luis Pérez-Albela

www.perezalbela.pe 2818677 936098953
@perezalbela dr.perezalbela.pe

Árboles: guardianes del clima y la salud del planeta

Los árboles nos acompañan desde el origen de la humanidad. Nos dan sombra, alimento, medicinas, madera... y aun así, muchas veces pasan desapercibidos. Hoy, recordando que es el Día Mundial del Árbol, vale el esfuerzo detenernos y reflexionar sobre su poder silencioso para equilibrar el planeta y cuidar de nuestra salud.

Uno de sus aportes más urgentes y esenciales es su rol frente al cambio climático. A través de la fotosíntesis, los árboles absorben dióxido de carbono (CO) del aire y lo almacenan en sus troncos, ramas y raíces. Esta función los convierte en aliados naturales para reducir el exceso de gases de efecto invernadero que aceleran el calentamiento global. Cuanto más antiguos y grandes son, más carbono pueden capturar y retener. Por eso, conservar los bosques maduros es tan vital como plantar nuevos árboles.

Además de su función ecológica, los árboles mejoran profundamente nuestra salud física y mental. Un estudio de The Nature Conservancy (TNC) mostró que caminar por zonas arboladas se asocia con una reducción en la ansiedad y la depresión. En Louisville, Kentucky, la plantación de 9.000 árboles mejoró indicadores de salud comunitaria, reduciendo enfermedades cardíacas, accidentes cerebrovasculares e incluso algunos tipos de cáncer.

La buena noticia es que estos beneficios no requieren grandes desplazamientos. Basta con un breve paseo por un parque o una calle arbolada para notar el efecto calmante. La presencia de áreas verdes nos invita a movernos más, lo que ayuda a disminuir tasas de obesidad y favorece un estilo de vida más activo.

Visiten el parque Olivar en el San Isidro, ahí pueden conocer el ultimo ejemplar vivo que planto San Martin d Porres. Un baño de bosque siquiera de 20 minutos es otra buena idea que podemos disfrutar en un parque cercano a casa.

Vivamos Felices: Lunes a viernes de 4:00 a.m. a 8:30 a.m. por Radio Felicidad
Canal de YouTube: @BiendeSaludTV

LA ÚLTIMA

LUISIANA. Un hombre que realizaba trabajos eléctricos en un semáforo quedó colgando en el aire, luego de que un inmenso camión chocara con la grúa donde se encontraba.



Descubren a un Bolg Amondol

WASHINGTON. En la época en que los dinosaurios dominaban la Tierra existía también una sorprendente diversidad de lagartos de gran tamaño, los llamados monstersauros, de los que se acaba de descubrir una nueva especie. Bautizada como Bolg amondol, un nombre inspirado en el universo de El Señor de los Anillos, de J.R.R. Tolkien, esta nueva especie vivió hace unos 80 millones de años en los bosques tropicales prehistóricos de Utah (EE. UU.). Sus restos fueron encontrados en el Monumento Nacional Grand Staircase-Escalante y se conservaban en el Museo Nacional de Historia Natural de Utah (NHMU).